

1日(木)			2日(金)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦ごはん	精白米(委託)	60	梅ちりめんごはん	精白米(自校)	66	
	精白米(委託)	70		精白米(自校)	73	
	米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6	
	米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7	
牛乳				鉄強化米	0.5	
	牛乳	206		梅ちりめんの素 280g	3	
さんまのかんろ煮						
	冷)さんまの甘露煮	幼 30		牛乳	206	
	冷)さんまの甘露煮	小 40				
	冷)さんまの甘露煮	中 60				
小松菜のあえもの			牛乳			
	小松菜	25			鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	もやし	25			鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	人参	7			(冷)ミニひょうす 青大豆入り	20
じゃがいものみそ汁	炒り白ごま	1		(乾)ひじき	3	
	(個)和風ドレッシング	8		つきこんにゃく	25	
				洗いごぼう	15	
	油揚げ	5		人参	10	
じゃがいものみそ汁	じゃがいも	25	がんもどきとひじきのうま煮	(冷)さやいんげん 500g	8	
	玉葱	20			サラダ油	1
	人参	7			しょうゆ	4
	ブナピー	7			三温糖	3
じゃがいものみそ汁	中ねぎ	5	ごまあえ	清酒	1	
	中みそ	5			みりん	0.5
	甘みそ	5			湯	20
	煮干し だし用	4				
じゃがいものみそ汁	湯	110	チーズ(小中のみ)	キャベツ	30	
					小松菜	20
					きゅうり	10
					炒り白ごま	1.5
じゃがいものみそ汁				(個)ゆずかつおドレッシング	10	
				(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	5	
				(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	10	
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						
じゃがいものみそ汁						

5日(月)				6日(火)				7日(水)				8日(木)				9日(金)				
献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	
麦ごはん 牛乳 こやどうふのたまごとじ あえもの 小魚のあま酢煮	精白米(委託)		60	小型 コッペパン 牛乳 きのこスパゲティ イタリアンサラダ りんご(小中のみ)	コッペパン		30	麦ごはん 牛乳 いわしの梅煮 チンゲンサイのあえもの オリーブ豚の とん汁	精白米(委託)		60	ばらずし 牛乳 さつまいもの あげもん うずらたまご 入りふしめん汁 しょうゆ豆(小中のみ)	精白米(自校)		70	コッペパン 手作りブルーベリー ジャム(小中のみ) 牛乳 ポトフ キャロット サラダ	コッペパン		50	
	精白米(委託)		70		コッペパン		40		精白米(委託)		70		鉄強化米		0.5		コッペパン		60	
	米粒麦 委託		6							米粒麦 委託			6	清酒			3			
	米粒麦 委託		7		牛乳		206		米粒麦 委託		7		出し昆布		0.8		(冷)ブルーベリー		18	
													食酢		10		上白糖		8.5	
	牛乳		206						牛乳		206		上白糖		8		(冷)レモン果汁 県産・500g		0.5	
					スパゲティ(ハーフ)		35						食塩		0.8		赤ぶどう酒		0.5	
					ゆで塩		1.5						油揚げ		5					
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		12		冷)いわし梅煮	幼・小	40		人参		10		牛乳		206	
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		8		冷)いわし梅煮	中	50		ごぼう(ささがき・ごはん用小さめ)		5					
	清酒		1		清酒		1						(冷)むき枝豆 1kg		2		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)		12	
	鶏卵		20		ベーコン(短冊)		12		キャベツ		28		高野豆腐(すし用)		0.8		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)		8	
	高野豆腐(サイコロ)		17		玉葱		40		チンゲンサイ		28		干しいたけ(スライス)		0.5		ベーコン(厚切り・短冊)		10	
	玉葱		30		人参		10		人参		5		上白糖		2.5		じゃがいも		45	
	人参		8		えのきたけ		8		(個)ゆずかつおドレッシング		10		清酒		2		玉葱		40	
	(冷)さやいんげん 500g		5		エリンギ		8						うすくちしょうゆ		2		キャベツ		30	
	干しいたけ(スライス)		1		しめじ		8		オリーブ豚 並3×3カット スライス		15						人参		10	
	しょうゆ		3		ピーマン		5		さつまいも(2cm角)		25		牛乳		206		しめじ		8	
	三温糖		2.5		にんにく		0.5		大根		15						セロリ		2	
	食塩		0.1		サラダ油		2		人参		7		さつまいも(スライス天から用)	幼	20		サラダ油		0.5	
	削り節 だし用		2		白ぶどう酒		1		つきこんにゃく		5		さつまいも(スライス天から用)	小・中	40		(袋)がらスープ 1kg		4	
	湯		50		しょうゆ		1		洗いごぼう		5		天ぶら粉 乳・卵抜き		7		白ぶどう酒		1	
			チキンコンソメ		0.6	中ねぎ		5	水		14	チキンコンソメ		0.4						
小松菜		25	食塩		0.3	麦みそ		8	なたね油		5	食塩		0.4						
キャベツ		35	こしょう		0.04	煮干し だし用		4				こしょう		0.03						
人参		5				水		110	型抜きかまぼこ(小菊)		5	ローリエ		0.1						
(個)青じそドレッシング		8	キャベツ		35				(レト)うずら卵1kg		25	湯		75						
上乾ちりめん		3	きゅうり		15				玉葱		20									
食酢		1	(缶)ホールコーン		5				人参		5	人参		25						
ポン酢		1	赤ピーマン		3				中ねぎ		5	きゅうり		20						
三温糖		1.2	(個)イタリアンドレッシング		8				ふしめん		5	玉葱		10						
炒り白ごま		0.5	りんご		40				うすくちしょうゆ		0.5	(個)焙煎ごまだレッシング		8						
									食塩		0.3									
									削り節 だし用		4									
									出し昆布		0.5									
									湯		130									
									しょうゆ豆		6									
						</														

13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
あさりのつくだ煮(小中のみ)	(レト)あさり佃煮	10
	牛乳	206
	冷)さとし2cm角切・皮付き骨なし	45
	清酒	2
	米粉	5
	でんぷん	4
	なたね油	5
	すだち酢	3.5
	三温糖	2.7
	しょうゆ	2.5
	みりん	1
	でんぷん	0.2
	湯	4
	キャベツ	20
	小松菜	15
	もやし	10
	人参	5
	赤じそ粉	0.4
	塩ふき昆布	1.2
牛乳	油揚げ	5
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	18
	玉葱	23
	人参	5
	中ねぎ	5
	中みそ	5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	120
魚のすだちソースかけ		
しそこんぶあえ		
かぼちゃのみそ汁		

14日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コーンピラフ(麦入り)	精白米(自校)	64
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	粗挽きウインナーFe強化(1cm)	10
	玉葱	10
	(缶)ホールコーン	10
	人参	4
	エリンギ	3
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	サラダ油	1
	食塩	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	こしょう	0.03
	牛乳	206
	キャベツ	25
	きゅうり	20
	(冷)ブロックリー 国産 1kg	15
	(個)イタリアンドレッシング	8
牛乳	ベーコン(短冊)	5
	(冷)ひよこ豆水煮	12
	マカロニ(シエル)	5
	玉葱	20
	人参	7
	しめじ	7
	セロリ	2
	オリーブ油	0.5
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	赤ぶどう酒	1
グリーンサラダ	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	120
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70
ミネストローネ		
ヨーグルト(中のみ)		

15日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	27
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	18
	生姜	0.3
	清酒	1
	でんぷん	5
	米粉	2.5
	なたね油	4
	炒り白ごま	1
	にんにく	0.5
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7.5
	三温糖	2
	しょうゆ	1
	みりん	0.6
	赤みそ	0.6
	コチジャン	0.1
	水	2
	もやし	30
	小松菜	25
ヤンニョムチキン	人参	5
	もみのり	1
	(個)韓国ナムドルドレッシング	10
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	15
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.7
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
チヨレギサラダ	しょうゆ	0.8
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.25
	ごま油	0.2
	湯	135
トゥック入りわかめスープ		

16日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
菜めし(麦入り)	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鉄強化米	0.5
	菜めしの素 250g	1.6
	牛乳	206
	豚肉赤身ミンチ	20
	(冷)里いも	30
	玉葱	20
	つきこんにやく	15
	人参	10
	(冷)さいやんげん 500g	7
	サラダ油	1.5
	しょうゆ	3.5
	中双糖	2
	清酒	1
	でんぷん	0.5
	だし汁	12
牛乳	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	25
	人参	7
	中ねぎ	5
	中みそ	5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	湯	115
さといもとぶた肉のそぼろ煮		
すいとん汁		

19日(月)				20日(火)				21日(水)				22日(木)				23日(金)			
献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量
きつねうどん 牛乳 かたくちいわしのからあげ ごま酢あえ	(袋)ゆでうどん さぬきの夢		幼-小3 200	ハヤシライス (麦ごはん) 牛乳 りっちゃんサラダ ミニトマト (小中のみ)	精白米(委託)		60	さつまいもごはん 牛乳 ぶた肉と野菜のいためもの みそけんちん汁 味噌つき小魚(中のみ)	精白米(自校)		60	コッペパン いちごジャム(中のみ) 牛乳 カレービーンズ 海そうサラダ さといもチップ	コッペパン		50	麦ごはん 牛乳 さばのみそ煮 大根のあえもの うどん汁	精白米(委託)		60
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢		小4-6 280		精白米(委託)		70		精白米(自校)		70		コッペパン		60		精白米(委託)		70
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢		中 300		米粒麦 委託		6		さつまいも(2cm角)県産		33						米粒麦 委託		6
	油揚げ		30		米粒麦 委託		7		清酒		1.6		(袋)いちごジャム		20		米粒麦 委託		7
	中双糖		3						食塩		0.8								
	しょうゆ		2.5		牛乳		206		炒り黒ごま		0.7		牛乳		206		牛乳		206
	みりん		0.8						出し昆布		0.3								
	水		10		牛肉(3×3cmスライス)		15						鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		15		(冷)さばのみそ煮		幼 40
	豚肉並(2×3cmスライス)		5		豚肉並(3×3cmスライス)		10		牛乳		206		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		10		(冷)さばのみそ煮		小 50
	玉葱		30		じゃがいも		50						粗挽きウインナーFe強化(1cm)		5		(冷)さばのみそ煮		中 60
	人参		10		玉葱		45		生薑		1.3		(冷)大豆水煮		15				
	干しいたけ(スライス)		0.8		人参		10		キャベツ		35		玉葱		50		大根		45
	中ねぎ		5		エリンギ		6		玉葱		30		じゃがいも		30		きゅうり		20
	しょうゆ		3		(冷)グリーンピース		5		人参		10		人参		15		(缶)ホールコーン		5
	清酒		2		にんにく		0.3		チンゲンサイ		10		にんにく		0.4		花かつお 1kg		0.5
	食塩		0.5		サラダ油		1		サラダ油		1		パセリ		0.5		食酢		2.5
	煮干し だし用		4		小麦粉		5		しょうゆ		3		サラダ油		0.5		しょうゆ		2
	水		150		サラダ油		4		清酒		1		(袋)トマトピューレ 1kg		3		上白糖		1.2
					(袋)トマトピューレ 1kg		15		上白糖		1		ウスターソース		3.5		ごま油		0.5
	牛乳		206		(袋)がらスープ 1kg		3		みりん		0.5		上白糖		2		サラダ油		0.5
	(冷)かたくちいわし薬粉付き		25		赤ぶどう酒		2						チキンコンソメ		0.5				
	なたね油		3		ウスターソース		2		豆腐		30		カレー粉		0.35		うどん冷凍		30
					食塩		0.7		油揚げ		6		食塩		0.2		油揚げ		5
	もやし		35		上白糖		0.5		つきこんにゃく		10		こしょう		0.05		玉葱		15
	チンゲンサイ		20		チキンコンソメ		0.5		洗いごぼう		10		湯		30		人参		8
	人参		5		からし粉		0.15		人参		7		(乾)海藻ミックス		1		中ねぎ		5
	しょうゆ		1.8		こしょう		0.07		干しいたけ(スライス)		0.5		キャベツ		30		干しいたけ(スライス)		0.5
	食酢		1.5		ローリエ		0.1		中ねぎ		5		きゅうり		10		清酒		1
	ごま油		1		ピザ用チーズ		2		中みそ		5		人参		5		食塩		0.5
	上白糖		1		湯		80		甘みそ		5		食酢		2.5		しょうゆ		0.5
	炒り白ごま		1						ごま油		0.1		しょうゆ		2.5		削り節 だし用		4
					ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		煮干し だし用		4		上白糖		1.2		出し昆布		1
					キャベツ		30		水		110		ごま油		0.5		水		120
					きゅうり		9						サラダ油		0.5				
					人参		7		(個)味付小魚		5								
					(缶)ホールコーン		5						里いも(3～4mmスライス)		35				
					(乾)刻み昆布		0.5						なたね油		3				
					食酢		3						食塩		0.1				
					サラダ油		2												
					しょうゆ		2												
					上白糖		0.8												
					こしょう		0.02												
					花かつお 1kg		0.8												
					ミニトマト		30												

26日(月)				27日(火)				28日(水)				29日(木)				30日(金)			
献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量	献立名	食品名		一人当り 正味分量
タ コ ラ イ ス 牛 乳 コ ン ソ メ ス ー プ チ ー ズ (中のみ)	精白米(自校)		72	麦 ご は ん 牛 乳 肉 じ ゃ が 香 り あ え ス タ ミ ナ ナ 納 豆 ¹⁹⁵	精白米(委託)		60	コ ッ ペ バ ン 牛 乳 か ぼ ち ゃ の シ チ ュ ー カ ラ フ ル サ ラ ダ 豆 乳 ブ リ ン タ ル ト (小中のみ)	コッペパン		50	麦 ご は ん 牛 乳 あ つ あ げ の あ ま 酢 煮 バ ン サ ン ス ー	精白米(自校)		66	麦 ご は ん 牛 乳 白 身 魚 の 野 菜 あ ん か け 白 玉 入 り カ レ ー み そ 汁	精白米(委託)		60
	精白米(自校)		80		精白米(委託)		70		コッペパン		60		精白米(自校)		73		精白米(委託)		70
	鉄強化米		0.5		米粒麦 委託		6						米粒麦 自校		6		米粒麦 委託		6
					米粒麦 委託		7		牛乳		206		米粒麦 自校		7		米粒麦 委託		7
	牛乳		206										鉄強化米		0.5				
					牛乳		206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12		牛乳		206		牛乳		206
	豚肉並ミンチ		20						鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8								
	赤ぶどう酒		1		豚肉並(3×3cmスライス)		25		白ぶどう酒		1						冷)さごし2cm角切・皮付き骨なし		45
	(レト)ひきわり大豆 1kg		25		じゃがいも		70		白いんげん豆ペーストレトルト		8		豚肉並(2×2cmスライス)		15		清酒		1.5
	玉葱		30		玉葱		45		玉葱		35		(冷)厚揚げ(カット)1kg		45		食塩		0.1
	人参		7		糸こんにやく		25		(生)かぼちゃ(2×2cm)		25		白菜		25		こしょう		0.01
	切干し大根		5		人参		10		じゃがいも		20		玉葱		20		でんぷん		5
	にんにく		0.5		(冷)さやいんげん 500g		5		人参		10		たけのこ水煮(ホール)		15		なたね油		4
	サラダ油		1		サラダ油		1		エリンギ		10		人参		10		玉葱		25
	(袋)トマト水煮 1kg		20		しょうゆ		3.8		パセリ		0.5		ピーマン		7		チンゲンサイ		15
	(袋)トマトケチャップ 1kg		7		中双糖		2.8		サラダ油		1		干しいたけ(スライス)		0.5		人参		10
	上白糖		0.9		清酒		2.5		小麦粉		3.5		にんにく		0.5		生姜		0.6
	ウスターソース		0.9		食塩		0.04		サラダ油		2		サラダ油		1		ごま油		0.5
	食塩		0.25		湯		4.5		バター		1		しょうゆ		3.5		しょうゆ		2.4
	チリパウダー		0.12						(袋)がらスープ 1kg		4		上白糖		3		みりん		1.2
	こしょう		0.02		小松菜		30		チキンコンソメ		0.5		(袋)トマトケチャップ 1kg		2.5		でんぷん		0.4
	でんぷん		0.8		もやし		30		食塩		0.4		食酢		2		だし汁		10
					人参		5		こしょう		0.04		清酒		1				
	ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		炒り白ごま		1		ローリエ		0.1		チキンコンソメ		0.5		粗挽きウインナーFe強化(1cm)		7
	じゃがいも		20		上白糖		1.3		調理用牛乳 1L		30		食塩		0.1		油揚げ		3
	玉葱		20		食酢		1.3		湯		65		でんぷん		1		(冷)白玉		20
	人参		8		すだち酢		1.1						水		10		玉葱		20
	セロリ		5		しょうゆ		0.5		ボンレスハム(短冊)卵抜き		5						キャベツ		15
	パセリ		0.5		食塩		0.2		キャベツ		25		ボンレスハム(短冊)卵抜き		10		人参		5
	サラダ油		1						きゅうり		20		もやし		30		中ねぎ		5
	(袋)がらスープ 1kg		4		鶏肉 ひき肉		17		人参		7		きゅうり		20		甘みそ		7
	しょうゆ		0.5		水		4		紫キャベツ		5		春雨(太め5cm)		4		中みそ		3
	食塩		0.4		ごま油		0.4		食酢		1.8		しょうゆ		2.5		カレー粉		0.3
	チキンコンソメ		0.3		ドライひきわり納豆		2.5		上白糖		1.4		食酢		2		煮干し だし用		3
	こしょう		0.03		細ねぎ		2.5		(冷)レモン果汁 県産・500g		1.2		上白糖		1.5		水		110
	湯		120		にんにく		0.9		オリーブ油		1		ごま油		1				
					生姜		0.9		食塩		0.36		からし粉		0.04				
	(個)スライスチーズ(鉄・Ca)		20		しょうゆ		1		こしょう		0.03								
					みりん		0.8												
					清酒		0.7		(個)国産豆乳プリンタルト		22								
					三温糖		0.25												